

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

Facultad de Ciencias de la Salud
Escuela Profesional de Psicología



Una Institución Adventista

Estrés académico y apoyo social en estudiantes universitarios de provincias que migran a Lima

Trabajo de Investigación para obtener el Grado Académico de
Bachiller en Psicología

Por:

Álvaro Gersón Chachapoyas Wuajajay

Ruth Belén Díaz Peñafiel

Asesor:

Psic. Cristian Edwin Adriano Rengifo

Lima, 22 diciembre 2020

**DECLARACIÓN JURADA
DE AUTORÍA DEL INFORME DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

Cristian Edwin Adriano Rengifo, de la Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Profesional de Psicología, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Estrés académico y apoyo social en estudiantes universitarios de provincias que migran a Lima”** constituye la memoria que presenta las estudiantes Álvaro Gersón Chachapoyas Wuajajay y Ruth Belén Díaz Peñafiel para aspirar al Grado Académico de Bachiller en Psicología, cuyo trabajo de investigación ha sido realizado en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

Las opiniones y declaraciones en este informe son de entera responsabilidad del autor, sin comprometer a la institución.

Y estando de acuerdo, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 22 días del mes de diciembre del año 2020



Psic. Cristian Edwin Adriano Rengifo

ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

En Lima, Ñaña, Villa Unión, a veintidos día(s) del mes de diciembre del año 2020 siendo las 16:20 horas

se reunieron los miembros del jurado en la Universidad Peruana Unión Campus Lima, bajo la dirección del (de la) presidente(a) Psic. Josiac Trinidad Tiese el (la) secretario(a) Psic. Isaac Alex Conde Rodriguez y los demás miembros:

Psic. Jackelyn Esther Bravo Martinez y el (la) asesor(a) Psic. Cristian Edwin Adriano Rengifo

con el propósito de administrar el acto académico de sustentación del trabajo de

investigación titulado:

Estrés académico y apoyo social en estudiantes universitarios de provincias que migran a Lima.

de los (las) egresados (as): a) Alvaro Gersón Chachapoyas Wuajajay

b) Ruth Belén Díaz Peñafiel

conducente a la obtención del grado académico de Bachiller en

Psicología

(Denominación del Grado Académico de Bachiller)

El Presidente inició el acto académico de sustentación invitando los candidato (a)/s hacer uso del tiempo determinado para su exposición. Concluida la exposición, el Presidente invitó a los demás miembros del jurado a efectuar las preguntas, y aclaraciones pertinentes, las cuales fueron absueltas por los candidato (a)/s. Luego, se produjo un receso para las deliberaciones y la emisión del dictamen del jurado.

Posteriormente, el jurado procedió a dejar constancia escrita sobre la evaluación en la presente acta, con el dictamen siguiente:

Candidato/a (a): Alvaro Gersón Chachapoyas Wuajajay

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>16</u>	<u>B</u>	<u>Bueno</u>	<u>Muy bueno</u>

Candidato/a (b): Ruth Belén Díaz Peñafiel

CALIFICACIÓN	ESCALAS			Mérito
	Vigesimal	Literal	Cualitativa	
<u>Aprobado</u>	<u>16</u>	<u>B</u>	<u>Bueno</u>	<u>Muy bueno</u>

(*) Ver parte posterior * Esta sustentación se realizó de manera virtual u online sincrónico conforme al Reglamento General de Grados y Títulos.

Finalmente, el Presidente del jurado invitó los candidato (a)/s a ponerse de pie, para recibir la evaluación final y concluir el acto académico de sustentación procediéndose a registrar las firmas respectivas.

[Firma]
Presidente/a

[Firma]
Asesor/a

Miembro

[Firma]
Secretario/a

Miembro

Candidato/a (b)

DEDICATORIA

A Dios por darme la fortaleza necesaria por haberme permitido alcanzar este gran logro académico.

Agradezco a mi papá Apolinar Rojas por haberme acompañado en el transcurso de mi carrera, a mi abuelita Gabriela Rojas por ser una mi figura materna, a mi tía Floricita por aconsejarme y corregirme.

Agradecer a los profesores y al asesor Cristian Adriano Rengifo por todas sus enseñanzas.

Álvaro Gersón Chachapoyas Wuajajay

A Dios por darme la fortaleza necesaria para ser mi guía, fortaleza y su mano de amor han estado conmigo hasta el día de hoy.

A mi padre Richard y Mónica quien con su paciencia amor y esfuerzo me han permitido llegar a cumplir mis sueños y más, les agradezco porque me han inculcado el ejemplo para que pueda esforzarme y sobre todo de no temer, aunque existan adversidades porque Dios siempre está conmigo.

A mis hermanas Angie y Gaby por su apoyo y cariño incondicional, durante este largo proceso, por estar en todo momento conmigo gracias. A toda mi familia porque con sus oraciones, consejos y palabras de aliento hicieron de mí una mejor persona.

Como ultimo quiero dedicar esta investigación a todas mis amigas y amigos, por apoyarme cuando más lo necesité, ya que cuando estuve en momentos difíciles me extendieron su mano y por todo el amor brindando cada día les agradezco, los mantengo en mi corazón.

Ruth Belén Díaz Peñafiel

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos de manera especial a Dios y a todas las personas que confiaron en nosotros, a nuestros familiares, amigos, tutores, quienes nos brindaron su apoyo cuando más lo necesitábamos, dándonos palabras de aliento.

Agradecemos a nuestro asesor Cristian Adriano Rengifo por acompañarnos en el transcurso del trabajo de investigación y por su tiempo valioso brindado.

El camino así es.

Índice

Dedicatoria	V
Agradecimientos	VI
Índice.....	VII
Resumen	VIII
Abstract	IX
Introducción	10
Materiales y método	12
Diseño, tipo de investigación.....	12
Participantes.....	12
Instrumento.....	12
Análisis estadístico.....	14
Resultados.....	15
Resultados descriptivos	15
Discusión.....	22
Conclusión	24
Referencias bibliográficas.....	25
Anexos.....	28

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo determinar si existe relación entre estrés académico y apoyo social en un grupo de 270 estudiantes de provincias de universidad de Lima. Para ellos, se aplicó el Inventario SISCO del Estrés académico y la Escala Multidimensional del Apoyo Social Percibido MSPSS. Se realizó la recolección de los datos por medio de un formulario virtual (*Google Form*) con ambas pruebas y con el consentimiento informado a cada uno de los universitarios, además, se tuvo la colaboración de 310 participantes.

En la investigación se halló que el estrés académico tiene una relación inversa y altamente significativa con la dimensión familia ($\rho = -.250$; $p < .01$), caso diferente se evidencia en cuanto a la relación del estrés académico con la dimensión amigos ($\rho = -.098$; $p > .05$) debido a que no existe relación significativa. En cuanto a la dimensión otros significativos ($\rho = -.190$; $p < .01$), presenta una relación inversa y altamente significativa, con lo que se evidencia que existen personas o factores en su entorno que favorecen a que el estudiante presente menos estrés académico.

Palabras clave: estrés académico, apoyo social percibido, apoyo familiar

ABSTRACT

The present research aimed to determine if there is a relationship between academic stress and social support in a group of 270 students from the provinces of the University of Lima. For them, the SISCO Inventory of Academic Stress and the Multidimensional Scale of Perceived Social Support MSPSS were applied. The data was collected using a virtual form (Google Form) with both tests and with the informed consent of each of the university students, in addition, it had the collaboration of 310 participants.

In the research, it was found that academic stress has an inverse and highly significant relationship with the family dimension ($\rho = -.250$; $p < .01$), a different case is evidenced regarding the relationship of academic stress with the friends dimension ($\rho = -.098$; $p > .05$) because there is no significant relationship. Regarding the significant other dimension ($\rho = -.190$; $p < .01$), it presents an inverse and highly significant relationship, which shows that there are people or factors in their environment that favor the student to present less academic stress.

Keywords: academic stress, perceived social support, family support

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, se puede apreciar que en el Perú existe una gran concentración de personas migrantes en las regiones de Lima y Callao, en la cual se está conformada por poco más o menos de la tercera parte de los habitantes del país (Yamada, 2010). Esto debido a que las personas tienen la gran necesidad de mejorar sus condiciones de vida en la que se encuentran, ya que buscan una mejor calidad de vida en las zonas urbanas saliendo de sus lugares de origen, por lo que se observa una idea de centralización en la capital esto se debe a varios factores como por ejemplo salud, económico, trabajo, estudios, etc. (Bruce, 2007). Por tanto, uno de los principales factores que tiene gran impacto en las migraciones es la educación superior por parte de los jóvenes, debido a que en las provincias del interior del país, las universidades carecen de ciertas carreras profesionales que sí se imparten en la ciudad de Lima, sin embargo, cabe recalcar que los estudiantes que migran para estudiar, entre sus preferencias se encuentran el prestigio de la casa de estudios, tradición e historias que tienen las diversas universidades de la capital (INEI, 2009).

Por otra parte, se podría decir que los jóvenes migrantes que se incorporan a los centros superiores de la capital buscan una posibilidad de desarrollo para mejorar la condición social familiar, no obstante mucho de los estudiantes universitarios tienen una mayor disposición a la ansiedad, estrés y depresión en cuanto a la población general, aquello se debería al cambio de ambiente que se estaría realizando, ya que las universidades exigen una alta competitividad, en la cual se busca que el alumno llegue a poner al máximo sus habilidades y competencias, esto se vería reflejado en las nuevas responsabilidades académicas, en lo que se encuentra los trabajos académicos, exámenes, plan académico, exposiciones, de igual forma la influencia de los problemas familiares, económicos y sociales. Todo ello debido a que, la gran parte de

estudiantes universitarios se encuentran cruzando la etapa de la adolescencia tardía, en la que existen diversos cambios, tanto cognitivos, fisiológicos, socioculturales y psicológicos; es así que el joven tiende a manejar estrategias de afrontamiento, para que le permitan reafirmar su autonomía, identidad, éxito personal y social (Arrieta Vergara, Díaz Cárdenas, & González Martínez, 2014).

Es por ello, que el estudiante universitario que está lejos de su lugar de origen y alejado de su círculo de confort buscara un apoyo social en la comunidad, familia o amigos, como un soporte que le permitirá hacer frente a las situaciones que le generen estrés, ya que el universitario tendrá que adaptarse a nuevas experiencias, por lo que el apoyo social será lo que decidirá que el estudiante tenga oportunidades para compartir sus intereses, y esto hará que se sienta respetado y comprendido en el nuevo lugar (González, Hernández, & Torres, 2017).

De acuerdo a evidencias científicas, en Perú Moran Paucar (2019) realizó un estudio con las variables estrés académico y apoyo social en estudiantes que migran a Lima por estudios universitarios del interior del país la cual estuvo conformada por 60 estudiantes universitarios peruanos migrantes a la capital del Perú con la finalidad de seguir con sus estudios, utilizaron el instrumento SISCO construido por Barraza Macías (2007) para medir el estrés académico y el instrumento *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MPSS), construido por Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley (1988), adaptada al idioma castellano por Arechabala Mantuliz & Miranda Castillo (2002) para evaluar el apoyo social, donde se obtuvo pocas relaciones estadísticamente significativa.

Asimismo, en la investigación en Perú de Mayorga Falcón (2018) realizó una investigación en el que se hizo uso del inventario de estrés académico SISCO, en la cual estuvo conformada por una muestra de 423 estudiantes, en la que se concluyó que existe un nivel promedio en

cuanto al estrés académico en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana y la población más vulnerable es el sexo femenino siendo las más prevalentes a diferencia del sexo masculino.

Materiales y Método

Diseño, tipo de investigación

El enfoque de la investigación es cuantitativo, de diseño no experimental porque no se realizó manipulación alguna en las variables. Asimismo, es de alcance correlacional, ya que buscó la relación entre las variables del estudio. Es de corte transversal, porque se recolectó la información en un determinado momento y tiempo único (Hernández, Fernández, & Baptista, 2010).

Participantes

La muestra estuvo conformada por 270 estudiantes universitarios de ambos sexos que residen en Lima Metropolitana, con un rango de edad de 18 a 35 años. Fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia como sostiene Otzen & Manterola (2017), los cuales participaron voluntariamente y se les solicitó su consentimiento informado.

Instrumento

Inventario SISCO de estrés académico

El inventario SISCO de estrés académico fue creado por Arturo Barraza Macías en el 2007 y validado en Perú por Puestas et al. (2010), constituida por 30 ítems en cinco apartados. Contiene un ítem con escala de tipo Likert con cinco opciones, donde 1 es poco y 5 es mucho, en la cual permiten dar a conocer el nivel de estrés académico, existen 8 ítems de cinco valores categoriales, desde nunca hasta siempre, los que permiten evidenciar la frecuencia de las

demandas del entorno son valoradas como estímulos estresores, 15 ítems en la cuales se manifiesta las reacciones al estímulo estresor, distribuidos en 3 dimensiones, reacciones físicas, psicológicas y comportamentales, y, seis ítems que permiten identificar las frecuencias de uso de las estrategias de afrontamientos. En el estudio, para la validez se utilizó el análisis factorial confirmatorio, con el propósito de poder determinar si la estructura factorial de las escalas podría usarse en una población peruana, llegando a evaluarse los dos modelos, en la cual ambos modelos evidenciaron buenos ajustes de datos con RMSEA=.050, (IC 90% =.046 -.054) CFI=.95 y SRMR= .062 en cuanto al factor de tres modelos, además en el de modelo de cinco factores evidencio RMSEA=.047, (IC 90%= .043- .051), CFI = .96 y SRMR= .060, por lo que el modelo de cinco factores resulto en un mejor ajuste absoluto, como lo muestra el índice de ajuste de bondad, para la fiabilidad se obtuvo mediante la muestra de Rhode Jöreskog en tres factores Estresores= .82, Síntomas= .88 y Afrontamiento= .69 (Manrique-Millones, Millones-Rivalles, & Manrique-Pino, 2019). También fue validado en otros estudios (Camacuari, 2017; Contreras, Morales, Cruz, & Révolo, 2020; Barraza Macías, 2007).

Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido de Zimet

La Multidimensional *Scale of Perceived Social Support* (MSPSS; Zimet et al., 1988) en su versión traducida al español brindada por el mismo autor de la escala, fue validada en Perú por Ardiles (2018) constituida por 12 ítems que presentan respuestas desde 1 que es nunca a 5 que es siempre, este instrumento mide el Apoyo Social Percibido (ASP) en diferentes edades a través de tres sub escalas que es la familia, amigos y otros significativos. En cuanto a la confiabilidad, se realizó mediante consistencia interna con el coeficiente de omega, donde se obtuvo en familia=.88, en amigos=.94 y en otros significativos=.86; para la validez se realizó el análisis

factorial confirmatorio y un ACP con rotación varimax, en la cual primeramente se evaluó la adecuación muestral mediante el índice de Kaiser-Myer-Olkin (KMO) en el que se obtuvo un valor de 0.90 (Juarez, 2018). También fue validado en otros estudios (Navarro-Loli, Merino-Soto, Dominguez-Lara, & Lourenço, 2019).

Proceso de recolección de datos

La recolección de datos se realizó en el transcurso de septiembre a noviembre del 2020 a estudiantes universitarios de provincia que residen en Lima entre las edades de 18 a 35 años. Asimismo, la aplicación se dio de manera individual por la plataforma de *Google Forms*, con ambas pruebas y con el consentimiento informado a cada uno de los universitarios, además, se tuvo la colaboración de 310 participantes. Las pruebas tuvieron una duración de 10 minutos. Posteriormente, se pasó a la eliminación de las pruebas inválidas donde quedaron 270 pruebas válidas.

Análisis estadístico

Primeramente, se usó el programa de *Microsoft Office Excel*, en donde se realizó el filtro y descarte de las pruebas, siguiendo el criterio para la muestra. Seguidamente, para el análisis de datos se usó el *IBM SPSS Statistics (SPSS)* versión 26.0 para consumir el análisis respectivo. Se realizó la prueba de Kolmogórov-Smirnov (K-S) para determinar si la prueba es paramétrica o no paramétrica.

Resultados

1. Resultados descriptivos

1.1. Datos sociodemográficos

En la tabla número 1, se aprecia que el 69.5% de participantes son del sexo femenino, de la misma forma un 30.5% son del sexo masculino. Por lo que se distingue que la mayor cantidad de participantes universitarios son del sexo femenino. En cuanto a las edades, se distingue que la mayoría de participantes 83.8% son de 18 a 24 años, quienes se encuentran en la etapa de la juventud, también se aprecia una minoría 16.2% de 25 a 35 años que se encuentran en la etapa de la adultez joven o adultos primarios. En relación a procedencia, se tuvo un 42.3% de participación de la región Costa, sin contar a la provincia de Lima, también un 46.0% de la región Sierra y un 11.8% de la región Selva. Se evidencia en facultades la mayor presencia 52.9% estudiantes de Ciencias de la Salud, en la facultad de Ingeniería y Arquitectura 19.1%, en Ciencias Empresariales 16.9% y Ciencias Humanas y Educación en un 11.0%.

Tabla 1

Datos sociodemográficos de los participantes

Categoría	N	%
Sexo		
Femenino	189	69.5%
Masculino	83	30.5%
Edad		
18 a 24 años	228	83.8%
25 a 35 años	44	16.2%
Procedencia		
Costa	115	42.3%
Sierra	125	46.0%
Selva	32	11.8%
Facultad		
Ciencias de la Salud	144	52.9%
Ingeniería y Arquitectura	52	19.1%

Ciencias Empresariales	46	16.9%
Ciencias Humanas y Educación	30	11.0%

1.2. Nivel de estrés académico y sus dimensiones

En la tabla 2 se puede apreciar que la mayoría de estudiantes universitarios presentan un nivel medio de estrés académico (50.4%), además, se evidencia un nivel medio por estímulos estresores (54.8%), en cuanto a estudiantes que presentaron síntomas (50.0%) en nivel medio, asimismo, en un nivel medio (51.1%) en cuanto a estrategias de afrontamiento.

Tabla 2

Niveles de estrés académico y sus dimensiones

	Bajo		Medio		Alto	
	n	%	N	%	n	%
Estrés académico	69	25.4%	137	50.4%	66	24.3%
Estresores	61	22.4%	149	54.8%	62	22.8%
Síntomas	69	25.4%	136	50.0%	67	24.6%
Estrategias de afrontamiento	71	26.1%	139	51.1%	62	22.8%

1.3. Nivel de estrés académico según datos sociodemográficos

a. Nivel de estrés académico según sexo

En la tabla 3 se puede evidenciar que la mayoría de varones y mujeres presentan un nivel medio al estrés académico. En cuanto a sus dimensiones, se aprecia un nivel medio en estímulos estresores, en varones (57.8%) y en mujeres (53.4%), también ante presencia de síntomas ante el estrés los varones (49.4%) y mujeres (50.3) presentan un nivel medio, en cuanto a estrategias de afrontamiento tanto los varones (53.0%) y las mujeres (50.3%) presentan un nivel medio.

Tabla 3*Nivel de estrés académico según sexo*

	Masculino			Femenino		
	Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto
Estrés académico						
n	26	39	18	43	98	48
%	31.3%	47.0%	21.7%	22.8%	51.9%	25.4%
Estresores						
n	20	48	15	41	101	47
%	24.1%	57.8%	18.1%	21.7%	53.4%	24.9%
Síntomas						
n	27	41	15	42	95	52
%	32.5%	49.4%	18.1%	22.2%	50.3%	27.5%
Estrategias de afrontamiento						
n	20	44	19	51	95	43
%	24.1%	53.0%	22.9%	27.0%	50.3%	22.8%

b. Nivel de estrés académico según la edad

La tabla 4 evidencia con respecto a estrés académico que el grupo de estudiantes que se encuentran entre 18 a 24 años (52.2%) presentan un nivel medio, como también los de 25 a 35 años (40.9%). En cuanto a estresores el 57.3% de jóvenes entre los 18-24 años tienen una presencia de estímulos o situaciones estresores en nivel medio, al igual que los de 25 a 35 años (40.9%), en cuanto al factor de síntomas ante el estrés el 50.0% de jóvenes entre 18 a 24 años se encuentran en un nivel medio, así como los jóvenes adultos entre 25 a 35 años (50.0%) en nivel medio, además se evidencia que en estrategias de afrontamiento el 18 a 24 años (53.1%) busca hacerle frente a las situaciones de estrés en un término medio al igual que los de 25 a 35 años (40.9%) en término medio.

Tabla 4*Nivel de estrés académico según la edad*

	18-24			25-35		
	Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto
Estrés académico						
n	54	119	55	15	18	11
%	23.7%	52.2%	24.1%	34.1%	40.9%	25.0%
Estresores						
n	45	131	52	16	18	10
%	19.7%	57.5%	22.8%	36.4%	40.9%	22.7%
Síntomas						
n	55	114	59	14	22	8
%	24.1%	50.0%	25.9%	31.8%	50.0%	18.2%
Estrategias de afrontamiento						
n	58	121	49	13	18	13
%	25.4%	53.1%	21.5%	29.5%	40.9%	29.5%

1.4. Nivel de las dimensiones de apoyo social percibido

En la tabla 5 se muestra las dimensiones de apoyo social percibido, en la cual los estudiantes universitarios en cuanto al apoyo que perciben por la familia (39.0%) se ubican en un nivel bajo. Sin embargo, existe una diferencia en cuanto a la dimensión de Amigos con un 57.4% en un nivel medio en cuanto a percibir el apoyo de los amigos. También se evidencia que un 49.6% perciben un bajo apoyo en cuanto a otros significativos.

Tabla 5*Nivel de las dimensiones de apoyo social percibido*

	Bajo		Medio		Alto	
	N	%	n	%	n	%
Familia	106	39.0%	101	37.1%	65	23.9%
Amigos	63	23.2%	156	57.4%	53	19.5%
Otros significativos	135	49.6%	83	30.5%	54	19.9%

1.5. Nivel de apoyo social percibido según datos sociodemográficos

a. Nivel de apoyo social percibido según sexo

En la tabla 6 se puede apreciar que los varones (30.1%) perciben un apoyo en cuanto a la familia en un nivel medio a diferencia de las mujeres (42.9%) que se ubican en un nivel bajo. Respecto al apoyo percibido por los amigos, tanto los varones (57.8%) y mujeres (57.1%) se encuentran en un nivel medio. En otros significativos los varones (43.4%) presentan un nivel bajo como también las mujeres (52.4%).

Tabla 6

Nivel de apoyo social percibido según sexo

	Masculino			Femenino		
	Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto
Familia						
n	25	39	19	81	62	46
%	30.1%	47.0%	22.9%	42.9%	32.8%	24.3%
Amigos						
n	22	48	13	41	106	40
%	26.5%	57.8%	15.7%	21.7%	57.1%	21.2%
Otros significativos						
n	36	31	16	99	52	38
%	43.4%	37.3%	19.3%	52.4%	27.5%	20.1%

b. Nivel de apoyo social percibido según edad

En la tabla 7 se muestra que el grupo de jóvenes universitarios de 18 a 24 años se ubican en un nivel bajo (39.0%) en cuanto a la familia, a diferencia de los universitarios de 25 a 35 años que se ubican en un nivel medio. Asimismo, en el apoyo que se percibe por parte de los amigos los de 18 a 24 años y los de 25 a 35 años se encuentran en un nivel medio. Además, en cuanto a otros significativos los dos grupos de estudiantes universitarios se ubican en un nivel bajo.

Tabla 7*Nivel de apoyo social percibido según edad*

	18-24			25-35		
	Bajo	Medio	Alto	Bajo	Medio	Alto
Familia						
n	89	83	56	17	18	9
%	39.0%	36.4%	24.6%	38.6%	40.9%	20.5%
Amigos						
n	49	135	44	14	21	9
%	21.5%	59.2%	19.3%	31.8%	47.7%	20.5%
Otros significativos						
n	112	71	45	23	12	9
%	49.1%	31.1%	19.7%	52.3%	27.3%	20.5%

2. Prueba de normalidad

a. Nivel de apoyo social percibido según sexo

Con el objetivo de realizar los análisis correlacionales y contrastar la hipótesis planteada, se realizó la prueba de normalidad para verificar si las variables presentan una distribución normal. En la tabla 8 se observa los resultados de la prueba de bondad de ajuste de Kolmogórov-Smirnov (K-S), donde se muestra que los datos correspondientes a las variables presentan una distribución normal, dado que el coeficiente obtenido es significativo ($p < 0.05$), por lo que para los análisis estadísticos se utilizó una prueba no paramétrica, la rho de Spearman.

Tabla 8*Prueba de normalidad para las variables de estudio*

Instrumentos	VARIABLES	Media	D.E	K-S	P
SISCO Estrés académico	Total	86.79	16.68	.056	.041
	Familia	14.46	3.735	.075	.001
Apoyo social percibido	Amigos	13.92	4.036	.086	.000
	Otros significativos	14.50	4.024	.087	.000

3. Correlación de las variables

a. Nivel de apoyo social percibido según sexo

Se aprecia en la tabla 9 que el estrés académico tiene una relación inversa y altamente significativa con la dimensión familia ($\rho=-.250$; $p<.01$), es decir, los estudiantes universitarios de provincia que migran a Lima cuando tienen mayor apoyo familiar presentan menor estrés académico caso diferente se evidencia en cuanto a la relación del estrés académico con la dimensión amigos ($\rho=-.098$; $p>.05$) debido a que no existe relación significativa. En cuanto a la dimensión otros significativos ($\rho=-.190$; $p<.01$), presenta una relación inversa y altamente significativa, con lo que se evidencia que existen personas o factores en su entorno que favorecen a que el estudiante presente menos estrés académico.

Tabla 9

Coefficiente de correlación entre las variables de estudio

	Estrés académico	
	rho	P
Familia	-.250	.000
Amigos	-.098	.107
Otros significativos	-.190	.002

Discusión

Durante el periodo de formación académica, la mayoría de los estudiantes suelen pasar por un proceso en el cual tienen que someterse a ciertas situaciones estresantes, como evaluaciones, tareas, el poco tiempo, etc. (Barraza Macías, 2007; Boullosa Galarza, 2013). Toribio-ferrer & Franco-Bárceñas (2016) refiere que el estrés académico es un proceso sistémico que es tanto adaptativo y psicológico, en el que se hace evidente cuando el estudiante se encuentra sometido a una serie de demandas que le son considerados estresores y se manifiesta en una serie de síntomas, esto obligaría al estudiante a realizar acciones de afrontamiento para restaurar el equilibrio sistémico. Según la investigación de Galarza Boullosa (2013) los estudiantes que presentarían una mayor presencia de síntomas son estudiantes de provincia, ya que manifestaron tener síntomas psicológicos debido a la demanda de sobrecarga académica, a diferencia de los estudiantes nacidos en Lima, esto se debería a que los estudiantes migrantes se enfrentan a nuevos retos como la adaptación a un ambiente nuevo, la distancia con sus familiares y amistades.

En ese sentido, los resultados encontrados indicaron que existe una relación inversa y altamente significativa entre el estrés académico y dimensión apoyo familiar ($\rho = -.250$; $p < .01$) es decir, los estudiantes universitarios de provincia que migran a Lima cuanto tienen mayor apoyo familiar presentan menos estrés académico. El vínculo familiar sigue siendo esencial a lo largo de la vida universitaria en los estudiantes. Esto se constata en la investigación realizada de Figuera (2003), ya que se resalta la importancia del acompañamiento de la familia en el transcurso de la vida de los estudiantes. De tal manera, para este grupo de estudiantes universitarios, la familia es una fuente de mayor soporte emocional durante su carrera académica y los cambios que afronta. Aunque en la mayoría se encuentran separados de sus núcleos familiares, podrían estar en contacto con sus familiares viviendo en Lima o por medio de

comunicación, permitiéndoles que se mantengan cercanos a pesa de la distancia (Cheng & Yang, 2015).

Del mismo modo, se pudo hallar que en cuanto a factor amigos ($\rho=-.98$; $p>.05$) no existe una correlación significativa, esto se debería a que los estudiantes no perciben un apoyo por parte de las amistades que comparten en la universidad, según la investigación de Sarubbi & Castaldo (2013), en cuanto a los factores causales del estrés en los estudiantes universitarios refiere que las tareas, trabajos, exámenes, reuniones, entrevistas, compromisos, salida con amigos, son eventos que un universitario realiza con frecuencia en su aprendizaje profesional, sin embargo, cuando empieza a haber una acumulación de estas actividades, aparece el estrés con gran exigencia y presión, también se menciona que los cambios conductuales que aparecen en la adolescencia y juventud son drásticos, esto impediría que en la universidad encuentren amigos rápidamente a diferencia que en el colegio, y el no conocer a nadie dificultaría el hacer trabajos en equipos o participar en las clases. Cabe resaltar que, en momentos de sobrecarga académica, la capacidad de disfrutar de actividades, la diversión y el disfrute se ven afectadas (Obando Castillo, 2011).

En cuanto a la dimensión otros significativos ($\rho=-.190$; $p<0.1$), presenta una relación inversa y altamente significativa, con lo que se evidencia que existen personas o factores en su entorno que favorece a que el estudiante presente menos estrés académico, estos hipotéticamente serían la pareja, la iglesia, los tutores, etc. que son una fuente importante para el estudiante para afrontar a las situaciones estresantes.

Conclusiones

En conclusión, de acuerdo a nuestro primero objetivo específico se evidenció que existe una relación inversa y altamente significativa en cuanto a estrés académico en la dimensión familia ($\rho = -.250$; $p < .01$), ya que cuando se tiene mayor apoyo familiar presentan menor estrés académico.

En relación con el segundo objetivo específico entre estrés académico con la dimensión amigos ($\rho = -.098$; $p > .05$), se halló que no existe relación significativa, esto se debería a que cuando hay estrés presente en exceso, el ánimo y el disfrute por las actividades sociales disminuyen.

En cuanto al tercer objetivo entre estrés académico y la dimensión de otros significativos se presentó una relación inversa y altamente significativa ($\rho = -.190$; $p < .01$), con lo que se evidencia que existen personas o factores en su entorno que favorecen a que el estudiante presente menos estrés académico.

Recomendaciones

- Ampliar la muestra de investigación para obtener resultados más relevantes.
- Implementación de nuevas investigaciones con otras variables de estudios, como depresión, ansiedad, etc.
- Implementar tutorías o consultorías dentro de las universidades para disminuir el impacto de las sobrecargas de trabajos.

Referencias bibliográficas

- Arechabala Mantuliz, M. C., & Miranda Castillo, C. (2002). Validation of a scale of perceived social support in a group of elders under control in a hypertension program in the metropolitan region. *Ciencia y Enfermería*, 8(1), 49–55. <https://doi.org/10.4067/S0717-95532002000100007>
- Arrieta Vergara, K. M., Díaz Cárdenas, S., & González Martínez, F. (2014). Síntomas de depresión y ansiedad en jóvenes universitarios: prevalencia y factores relacionados. *Revista Clínica de Medicina de Familia*, 7(1), 14–22. <https://doi.org/10.4321/s1699-695x2014000100003>
- Barraza Macías, A. (2007). El Inventario SISCO del Estrés Académico. *Investigación Educativa Duranguense*, ISSN-e 2007-039X, N.º. 7, 2007, Págs. 90-93, (7), 90–93. Retrieved from <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2358921>
- Boullosa Galarza, G. I. (2013). *Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una Universidad Peruana Privada de Lima*. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Bruce, J. (2007). *Nos habíamos choleado tanto* (2007th ed.). Lima: Universidad de San Martín de Porras.
- Cheng, L., & Yang, X. (2015). Nature and Effectiveness of online social support for intercultural adaptation of mainland Chinese international students. *International Journal of Communication*, 9(1), 2161–2181. Retrieved from <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/2867>
- Contreras, R. D. A., Morales, R. A. L., Cruz, M. R. de la, & Révolo, D. I. D. O. (2020). Adaptación del cuestionario de estrés académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*, 4(2), 111–130. <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>
- Figuera, P. (2003). Las competencias académicas previas y el apoyo familiar en la transición a la universidad. *Revista de Investigación Educativa*, 21, 349–369.
- Galarza Boullosa, G. I. (2013). Estrés académico y afrontamiento en un grupo de estudiantes de una universidad privada de Lima. *Tesis PUCP*, 1–8.
- González, L. F., Hernández, A. G., & Torres, M. V. T. (2017). Relaciones entre estrés académico, apoyo social, optimismo-pesimismo y autoestima en estudiantes universitarios. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 13(35), 111–130. Retrieved from <http://ojs.ual.es/ojs/index.php/EJREP/article/view/1636>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación* (5ta. ed.). DF. DF México: McGraw Hill. México. Retrieved from www.FreeLibros.com
- INEI. (2009). Perú: Migraciones Internas 1993-2007 (Talleres d, p. 166). Dirección Técnica de Demografía e Indicadores Sociales. Retrieved from https://www.inei.gov.pe/media/MenuRecursivo/publicaciones_digitales/Est/Lib0801/libr

o.pdf

- Jabel Camacuari, M. G. (2017). *Estandarización del inventario de estrés académico Sisco en estudiantes de dos universidades de Villa El Salvador. Universidad Autónoma del Perú*. Universidad Autónoma del Perú. Retrieved from <http://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/AUTONOMA/417>
- Juarez Ardiles, J. A. (2018). *Adaptación de la Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido en universitarios de San Juan de Lurigancho, 2018*. Universidad César Vallejo, Lima. Retrieved from http://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/30398/Juarez_AJ.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Manrique-Millones, D., Millones-Rivalles, R., & Manrique-Pino, O. (2019). The SISCO Inventory of Academic Stress: Examination of its psychometric properties in a Peruvian sample. *Ansiedad y Estrés*, 25(1), 28–34. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.03.001>
- Mayorga Falcón, E. (2018). *Estrés académico en estudiantes de una Universidad Nacional de Lima Metropolitana*. Universidad Nacional Federico Villarreal, Lima.
- Moran Paucar, M. L. (2019). *Estrés académico y apoyo social en estudiantes que migran a Lima por estudios Universitarios*. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Navarro-Loli, J. S., Merino-Soto, C., Dominguez-Lara, S., & Lourenço, A. (2019). Internal structure of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) in Peruvian adolescents. *Revista Argentina de Ciencias Del Comportamiento*, 11(1), 38–47. <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v11.n1.21532>
- Obando Castillo, R. (2011). *Sintomatología depresiva y afrotamiento en adolescentes escolares en Lima*. Pontificia Universidad Católica del Perú.
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227–232. <https://doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- Puecas-Sánchez, P. R., Castro-Maldonado, B., Callirgos-Lozada, C. C., Failoc-Rojas, V., & Díaz-Vélez, C. (2010). Factores asociados al nivel de estrés previo un examen en estudiantes de educación secundaria en cuatro instituciones educativas. *Revista Del Cuerpo Médico HNAAA*, 4(2), 88–93. Retrieved from <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4060416>
- Sarubbi, E., & Castaldo, R. (2013). Factores causales del estrés en los estudiantes universitarios. *V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional En Psicología*, 291–294. Retrieved from <https://www.aacademica.org>.
- Toribio-ferrer, C., & Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés Académico : El Enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración.*, 3(200), 11–18.
- Yamada, G. (2010). Patrones de migración interna en el Perú reciente. *Migración Interna En El*

Perú, 34.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

Anexos

INVENTARIO SISCO DEL ESTRÉS ACADÉMICO

INSTRUCCIONES: El objetivo del presente estudio es poder conocer cuanta presión académica pueden llegar a tener los estudiantes, dentro de un semestre de estudio, de igual manera, reconocer cual es el tipo de apoyo social que mantienen durante un periodo de estudios universitario.

NOTA: La información recolectada ayudará en el estudio sobre estrés académico y apoyo social en estudiantes universitarios que vienen de provincias, recordando que será totalmente CONFIDENCIAL y anónimo.

En caso de cualquier duda o información adicional te puedes contactar con nosotros: Estudiantes de Psicología. 1.Álvaro Gersón Chachapoyas Wuajajay; 2. Ruth Belén Díaz Peñafiel. E-mail: alvarochachapoyas@upeu.edu.pe ---- ruthbdiaz@upeu.edu.pe

Si decides ser participe en la investigación, por favor responde las siguientes preguntas con total sinceridad.

Datos Sociodemográficos.

Es crucial que estén completos estos datos.

Sexo: F – M Edad: _____ Procedencia: Costa, Sierra, Selva Departamento: _____

Facultad: _____

1.- Durante el transcurso de este semestre ¿has tenido momentos de preocupación o nerviosismo?

SI NO

2.- Con la idea de obtener mayor precisión y utilizando una escala del 1 al 5 tu nivel de preocupación o nerviosismo, donde (1) es poco y (5) mucho.

1	2	3	4	5

A continuación, esté cuestionario tiene como objetivo central, reconocer las características del estrés que suele acompañar a los estudiantes de educación superior, durante sus estudios.

3.- DIMENSIONES ESTRESORAS

3.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia te inquietaron las siguientes situaciones:

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
3.1.- La competencia con los compañeros del grupo					
3.2.- Sobrecarga de tareas y trabajo escolares					
3.3.- La personalidad y el carácter del profesor					
3.4.- Las evaluaciones de los profesores (exámenes, ensayos, trabajo de investigación, etc.)					
3.5.- El tipo de trabajo que te piden los profesores (consulta de temas, fichas de trabajo, ensayos, mapas conceptuales, etc.)					
3.6.- No entender los temas que se abordan en la clase.					
3.7.- Participación en clases (responder a preguntas, exposiciones, etc.)					
3.8.- Tiempo limitado para hacer el trabajo.					
Otras _____ (Especifique)					

4.- DIMENSIÓN SÍNTOMAS (REACCIONES)

4.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia tuviste las siguientes reacciones físicas, psicológicas y comportamentales cuando estabas preocupado o nervioso.

<i>Subdimensión: Síntomas o Reacciones físicas</i>	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
4.1.- Trastornos en el sueño (insomnio o pesadilla)					
4.2.- Fatiga crónica (cansancio permanente)					
4.3.- Dolores de cabeza o migrañas					
4.4.- Problemas de digestión, dolor abdominal o diarrea					
4.5.- Rascarse, morderse las uñas, frotarse, etc.					
4.6.- Somnolencia o mayor necesidad de dormir					
<i>Subdimensión: Síntomas o Reacciones psicológicas</i>					
4.7.- Inquietud (incapacidad de relajarse y estar tranquilo)					
4.8.- Sentimientos de depresión y tristeza (decaído)					
4.9.- Ansiedad, angustia o desesperación.					
4.10.- Problemas de concentración					
4.11.- Sentimientos de agresividad o aumento de irritabilidad					

<i>Subdimensión: Síntomas o Reacciones comportamentales</i>					
4.12.- Conflictos o tendencia a polemizar o discutir					
4.13.- Aislamiento de los demás					
4.14.- Desgano para realizar las labores escolares					
4.15.- Aumento o reducción del consumo de alimentos					
Otras _____ (Especifique)					

5.- DIMENSIÓN ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO

5.- En el siguiente cuadro señala con una **X** con qué frecuencia utilizaste las siguientes estrategias para enfrentar la situación que te causaba la preocupación o el nerviosismo.

	Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
5.1.- Habilidad asertiva (defender nuestras preferencias, ideas o sentimiento sin dañar a otros)					
5.2.- Elaboración de un plan y ejecución de sus tareas					
5.3.- Elogios a sí mismo					
5.4.- La religiosidad (oraciones o asistencia a misa)					
5.5.- Búsqueda de información sobre la situación					
5.6.- Ventilación y confidencias (verbalización de la situación que preocupa)					
Otras _____ (Especifique)					

ESCALA MULTIDIMENSIONAL DE APOYO SOCIAL PERCIBIDO

INSTRUCCIONES: Lea cada una de las siguientes frases cuidadosamente e indique su acuerdo con cada una de ellas empleando esta escala:

1	2	3	4	5
Nunca	Casi Nunca	A veces	Casi Siempre	Siempre

ITEMS	1	2	3	4	5
1. Hay una persona especial que está cerca cuando estoy en una situación difícil.					
2. Existe una persona especial con la cual yo puedo compartir penas y alegrías.					
3. Mi familia realmente intenta ayudarme.					
4. Obtengo de mi familia el apoyo emocional que necesito.					
5. Existe una persona especial que realmente es una fuente de bienestar para mí.					
6. Mis amigos realmente tratan de ayudarme.					
7. Puedo contar con mis amigos cuando las cosas van mal.					
8. Yo puedo hablar de mis problemas con mi familia.					
9. Tengo amigos con los que puedo compartir las penas y alegrías.					
10. Existe una persona especial en mi vida que se preocupa por mis sentimientos.					
11. Mi familia se muestra dispuesta a ayudarme para tomar decisiones.					
12. Puedo hablar de mis problemas con mis amigos.					